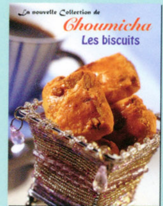
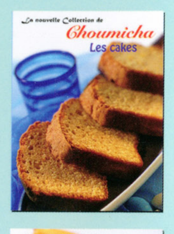






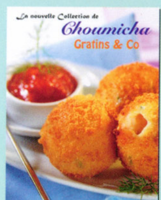


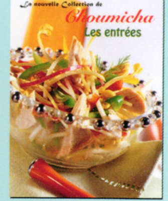


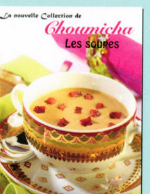












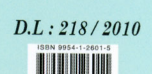
La nouvelle Collection de Choumicha
Les jus



Librairie AL-OUMA
Edition et Diffusion

15-17, Rue Al Imam kastallani - Habous/casablanca
Tél. : 05 22 44 07 44 / 05 22 31 94 89 - Fax : 05 22 30 65 69
E-mail : alouma@menara.ma

D.L : 218 / 2010



La nouvelle Collection de

Choumicha

Les desserts

La nouvelle Collection de

Choumicha

Les desserts

1



Librairie AL-OUMA

Edition et Diffusion

15-17, Rue Al Imam kastallani - Habous/casablanca

Tél. : 05 22 44 07 44 / 05 22 31 94 89 - Fax : 05 22 30 65 69

E-mail : alouma@menara.ma



















MOUSSE DE FROMAGE À LA COMPOTE D'ABRICOTS

Ingrédients

200 g de fromage frais
40 g de sucre en poudre
12 cl de crème fraîche montée en chantilly
*180 g de compote d'abricots**
8 biscuits sablés aux amandes

Pour servir

20 g d'amandes effilées grillées
1 abricot sec coupé en dés.

Préparation

Battre le fromage avec le sucre pour avoir une préparation homogène.
Lui incorporer délicatement la chantilly.
Placer les biscuits dans un sac en plastic et les concasser.
Dresser la compote d'abricots dans des tasses, la garnir d'une couche de biscuits et les recouvrir d'une couche de mousse de fromage.
Filmer les desserts et les réserver au frais pendant 2 heures.
Avant de servir, décorer les desserts avec des amandes effilées grillées et les dés d'abricot.

*Voir la recette à la fin du livre.





DUO DE MELON AUX FRAISES

Ingrédients

1 melon de 400 g

200 g de fraises

4 boules de sorbet de melon

Pour le décor

Feuilles de menthe.

Préparation

Couper le melon en deux et l'épépiner. A l'aide d'une cuillère parisienne, prélever des boules dans la chair du melon.

Laver les fraises, les équeuter et les couper en quatre.

Dans des verres froids, déposer une boule de sorbet de melon, puis garnir de morceaux de fraise et de boules de melon.

Décorer avec des feuilles de menthe et servir aussitôt.

Bon à savoir

Pour préparer un sorbet sans sorbetière, placer la préparation dans un grand bol, la couvrir d'un film alimentaire et la faire prendre au congélateur pendant 2 h.

La travailler au batteur pendant 5 mn pour casser les cristaux. La remettre au congélateur pendant 2 h et la retravailler au batteur pendant 10 mn.

Recommencer la même opération 4 fois jusqu'à obtention d'un sorbet lisse.

MOUSSE DE FROMAGE À L'ANANAS RÔTI AU MIEL ET SAFRAN

Ingrédients

200 g de fromage frais cremeux
1 c. à soupe de miel
1 c. à café d'huile d'argan
1 ananas entier
150 g de miel
10 pistils de safran

Préparation

Mélanger le fromage avec le miel et l'huile d'argan. Réserver.

Peler l'ananas à vif, le couper en quatre et retirer le cœur.

Dans une poêle, faire chauffer le miel avec le safran pendant 5 mn.

Ajouter les morceaux d'ananas et faire cuire pendant 15 mn jusqu'à ce que le miel commence à caraméliser et que l'ananas commence à colorer.

Retirer les quartiers d'ananas du feu, les laisser refroidir et les trancher en fines lamelles.

Placer l'ananas et son jus au frais.

Disposer l'ananas avec son jus dans des verrines, recouvrir avec le fromage et servir.





MOUSSE DE FROMAGE AUX FRUITS SÉCHÉS ET À L'ARGAN

Ingrédients

40 g d'abricots secs
40 g de figues sèches
20 g de raisins secs
50 g d'amandes entières
3 c. à soupe de jus d'orange
50 g de cerneaux de noix
200 g de fromage frais crémeux
1 c. à soupe de miel d'oranger
1 pincée de cannelle
1 c. à café d'huile d'argan
quelques feuilles de menthe pour le décor

Préparation

Tailler les figues et les abricots en bâtonnets et les mélanger aux raisins secs dans un bol avec 3 cuillerées à soupe de jus d'orange et laisser macérer pendant 30 mn.

Griller les noix et les amandes et les concasser grossièrement.

Egoutter les fruits et les ajouter au mélange amandes/noix, ajouter une pincée de cannelle et réserver.

Battre vigoureusement le fromage avec le miel et l'huile d'argan.

Répartir la préparation dans 4 verres, parsemer par-dessus les fruits et décorer avec les feuilles de menthe et la cannelle.

COUPE FRAÎCHEUR AUX PÊCHES ET À L'ANANAS

Ingrédients

1 boîte de pêches
1 boîte d'ananas
350 g de crème pâtissière
100 g d'amandes concassées grillées.

Pour le décor

15 cl de crème fraîche montée en chantilly avec 10 g de sucre glace.

Préparation

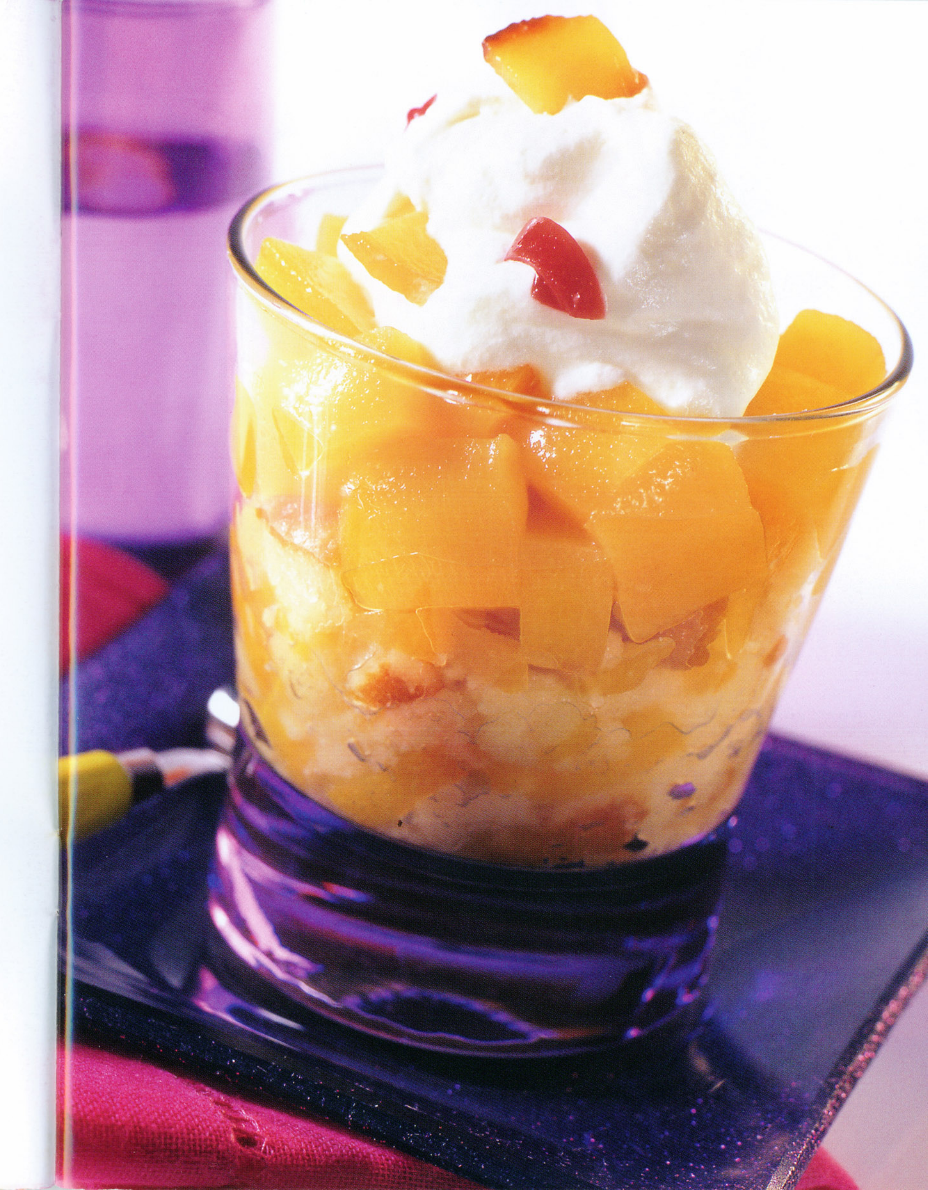
Égoutter les pêches et l'ananas et réserver 5 cl de sirop de pêches et 5 cl de sirop d'ananas.

Couper les fruits en petits morceaux et alléger la crème pâtissière en lui incorporant les deux sirop de fruits et la réserver au frais pendant 2 heures.

Dans des coupes à dessert froides, mettre une première couche de crème pâtissière, la saupoudrer avec un peu d'amandes concassées grillées, garnir avec les morceaux de fruits.

Avant de servir, décorer les coupes avec la chantilly.

Servir les coupes froides.





SOUPE DE FRUITS À L'ORANGE ET CHANTILLY DE CHOCOLAT

Ingrédients

200 g de fraises
100 g de framboises
100 g d'abricots
25 cl de jus d'orange
1 c. à soupe de sucre semoule

Pour la chantilly de chocolat

100 g de chocolat noir
10 cl de jus d'orange.

Préparation

Laver les fraises, les équeuter et les couper en morceaux.

Laver les abricots, les dénoyauter et les couper en morceaux.

Dans un bol, mélanger les deux fruits et les saupoudrer de sucre semoule.

Couvrir les fruits et les laisser dégorger au frais.

Faire fondre le chocolat avec le jus d'orange au bain-marie.

Retirer le chocolat du bain-marie, le fouetter à l'aide d'un batteur sur un bain de glaçons jusqu'à obtention une chantilly.

Mélanger tous les fruits avec le jus d'orange.

Servir la soupe de fruits dans des verres froids et les garnir de quenelles de chantilly de chocolat.

CERISES À LA CRÈME ET BISCUITS CROQUANTS EN VERRINES

Ingrédients

160 g de cerises bigarreaux dénoyautées

1 c. à soupe de jus de citron

1 c. à soupe de sucre semoule

200 g de crème pâtissière à la vanille

100 g de chantilly

8 biscuits sablés à la noix de coco.

Préparation

Couper les cerises en deux, les arroser de jus de citron et les saupoudrer de sucre.

Couvrir les cerises d'un film alimentaire et les laisser dégorger au frais.

Mélanger la crème pâtissière avec la chantilly pour obtenir une crème lisse.

Concasser grossièrement les biscuits.

Monter les verrines en intercalant une couche de biscuits, une deuxième de crème et une autre de cerises avec leur jus.

Finir par une couche de crème et garnir avec des cerises.

Servir aussitôt





RIZ AU LAIT D'AMANDE ET À L'EAU DE ROSE ET SA COMPOTE DE PRUNEAUX

Ingrédients

100 g de riz à grains ronds
20 cl d'eau
40 cl de lait d'amande*
1/2 c. à café de sel
40 g de sucre
2 c. à soupe d'eau de rose
2 c. à soupe de crème fraîche

Pour servir

150 g de compote de pruneaux*
20 g d'amandes concassées et grillées.

Préparation

Cuire le riz sur feu trés doux dans l'eau et le sel jusqu'à évaporation du liquide.

Ajouter le lait d'amande et mixer grossièrement à l'aide d'un mixeur plongeant.

Ajouter le sucre et continuer la cuisson en remuant jusqu'à épaississement.

Incorporer l'eau de rose et la crème puis retirer du feu.

Dresser la compote de pruneaux dans des verrines et la recouvrir de riz au lait.

Laisser refroidir le dessert avant de le servir garni de compote de pruneaux et d'amandes concassées.

* Voir les recettes de lait d'amandes et de la compote de pruneaux à la fin du livre.

GRANITÉ DE PASTÈQUE

Ingrédients

500 g de pastèque
200 g de fraise
200 g de sucre semoule
(selon le goût)
10 cl de jus de citron
20 cl de crème fraîche
battue en Chantilly

Préparation

Mixer la pastèque avec le sucre semoule, les fraises et le jus de citron.
Mettre la préparation dans un récipient et la déposer au congélateur Après 2 h de congélation, la sortir et la gratter avec une fourchette.
Refaire cette opération 4 ou 5 fois.
Servir le granité dans une coupe froide, décorée avec un peu de chantilly.

Bon à savoir

Réserver les verres ou les coupes au frais jusqu'au moment de servir.





EAU DE PAMPLEMOUSSE AUX LYCHEES ET PARFUM DE ROSE

Ingrédients

3 pamplemousses

1 boîte de lychees de 400 g environ

20 cl d'eau minérale

20 g de sucre semoule (ou selon goût)

1 c. à café d'eau de rose

Pour le décor

50 g de fraises

feuilles de menthe.

Préparation

Ou-dessus d'un bol, peler à vif les pamplemousses pour récupérer la pulpe et le jus.

Filtrer ce jus pour le clarifier.

Lui ajouter l'eau minérale, le sucre et l'eau de rose et le réserver au frais.

Disposer la pulpe de pamplemousse dans 4 verrines en les intercalant avec les lychees et les fraises.

Ajouter le jus et décorer avec une feuille de menthe.

Servir frais

SALADE DE FRUITS ROUGES AU FROMAGE FRAIS

Ingrédients

100 g de framboises
100 g de fraises coupées en morceaux
160 g de cerises dénoyautées
2 c. à soupe de sucre semoule
100 g de fromage frais crémeux

Préparation

Mixer 80 g de cerises dénoyautées avec le fromage et réserver au frais.
Dans un bol, mélanger les fraises et le reste des cerises coupées en deux, les saupoudrer de sucre et les laisser dégorger au frais pendant 1 h.
Ajouter les framboises aux deux fruits et les dresser dans des verres froids, les garnir d'une couche de fromage aux cerises et servir aussitôt.

Bon à savoir

Pour varier les plaisirs, remplacer les fruits rouges par un trio de fruits jaunes : abricots, pêches et nectarines.





CRÊPES À LA COMPOTE DE COINGS SAUCE AU CHOCOLAT

Ingrédients

100 g de farine
10 g de beurre fondu
2 œufs
2 pincées de sel
25 cl de lait frais
2 gouttes d'extrait d'amandes amères
10 g de sucre semoule
250 g de compote de coings*

Pour servir

sauce au chocolat**

Préparation

Dans un bol, battre les œufs en omelette.
Faire fondre le beurre et le laisser tiédir.
Mélanger la farine avec le sel et les œufs.
Ajouter le lait tiède, l'extrait d'amande et le sucre en mélangeant pour obtenir une pâte homogène.
Laisser reposer la pâte pendant 2 h.
Dans une poêle antiadhésive légèrement beurrée, cuire les crêpes et les réserver.
Farcir les crêpes avec la compote de coings et les servir accompagnées de sauce au chocolat.

**Sauce au chocolat

Travailler 2 jaunes d'œufs avec 50 g de sucre et 1/4 de c. à café d'extrait de vanille.
Ajouter 25 cl de lait tiède et bien mélanger.
Verser la préparation dans une casserole sur feu doux, laisser la crème cuire en remuant avec une spatule en bois sans la faire bouillir.
Lorsque la crème nappe la spatule, retirer la casserole du feu.
Incorporer à la crème encore chaude 100 g de chocolat noir râpé.
Mélanger pour obtenir une crème homogène.
* Voir la recette à la fin du livre.

YAOURT À L'ANANAS

Ingrédients

1/2 ananas frais de taille moyenne
1/2 mangue
2 yaourts nature

Préparation

Èplucher l'ananas, retirer le trognon central et le découper en morceaux.
En réserver la moitié pour le décor.
Mixer le reste avec la mangue et les yaourts.
Dans des coupes individuelles, dresser le yaourt aux fruits et décorer avec les morceaux d'ananas.





TRIOS DE RIZ

Ingrédients

150 g de riz à grains ronds

30 cl d'eau

30 cl de lait

1/2 c. à café de sel.

Préparation

Laver le riz et l'égoutter. Dans une casserole sur feu trés doux, faire cuire le riz dans l'eau salée jusqu'à évaporation du liquide. Incorporer le lait et laisser mijoter le riz jusqu'à ce qu'il devienne fondant et le retirer du feu. Diviser le riz en trois parts égales.

Pour le riz au yaourt

Mélanger le riz cuit froid avec 2 yaourts sucrés à la vanille.
Le dresser dans des verrines et le garnir de coulis de fraises.

Pour le riz au chocolat

Mélanger le riz cuit chaud avec 150 g de chocolat noir râpé et 50 g d'écorce d'orange confite râpée. Dresser dans des verrines et servir tiède.

Pour le riz à la crème anglaise

Mélanger le riz cuit froid avec 200 g de crème anglaise à la vanille et 50 g de raisins secs trempés dans du jus d'orange et égouttés. Dresser le riz dans des verrines et le servir frais garni d'amandes concassées

TRIO EXOTIQUE AU SAFRAN

Ingrédients

300 g de pêches
1 ananas de 300 g
1 mangue de 250 g
le jus d'un citron
2 pincées de safran

Pour le sirop

15 cl d'eau
100 g de sucre semoule

Préparation

Dans un bol, faire tremper le safran dans l'eau pendant 1 heure.
Dans une casserole, faire chauffer l'eau safranée et le sucre jusqu'à obtention d'un sirop épais.
Laisser refroidir complètement.
Peler, découper les pêches et la mangue en morceaux.
Répéter l'opération avec l'ananas en veillant à retirer le trognon.
Citronner les morceaux de fruits et les disposer dans une coupe.
Les arroser du sirop safrané et les reserver au frais pendant 2 heures avant de servir.





BAVAROIS À LA VANILLE ET AU CHOCOLAT

Ingrédients

Pour le bavarois vanille :

25 cl de lait
25 cl de crème fraîche
3 jaunes d'œuf
3 feuilles de gélatine
75 g de sucre semoule
1 gousse de vanille

Pour le bavarois chocolat :

25 cl de lait
25 cl de crème fraîche
3 jaunes d'œuf
3 feuilles de gélatine
5 cl d'eau
75 g de sucre semoule
50 g de chocolat noir

Pour le décor

copeaux de chocolat
gousses de vanille

Préparation

Dans un bol, faire ramollir la gélatine dans de l'eau. Dans un récipient, déposer les jaunes d'œuf et la moitié du sucre semoule. Mélanger le tout jusqu'à ce que le mélange devienne homogène. Dans une casserole sur feu doux, déposer le reste du sucre, le lait et la gousse de vanille. A ébullition, retirer du feu et l'incorporer petit à petit à la préparation œufs/sucre. Reverser le tout dans la casserole et la remettre sur feu doux en remuant jusqu'à ce que la crème nappe la spatule. Hors feu, ajouter la gélatine ramollie et laisser le tout refroidir. A l'aide d'un batteur, monter la crème fraîche en chantilly et l'incorporer délicatement à la crème vanille. Répéter le même procédé pour le bavarois au chocolat, en incorporant le chocolat hors feu dans la crème. Dans un ramequin, verser un peu de bavarois à la vanille et réserver au réfrigérateur pendant 30 mn. A la sortie du réfrigérateur, recouvrir la vanille d'une couche de bavarois au chocolat et remettre au frais durant 30 mn. Terminer le montage par une couche de vanille et replacer au réfrigérateur. Avant de servir, décorer les bavarois avec des copeaux de chocolat.

MILLEFEUILLE DE FRAISES AU FROMAGE FRAIS

Ingrédients

6 feuilles de pastilla
50 g de beurre fondu
50 g de sucre glace
450 g de fraises
200 g de fromage frais

Préparation

Etaler les feuilles de pastilla une à une.
Badigeonner la première de beurre à l'aide d'un pinceau puis saupoudrer de sucre glace.
Poser une feuille dessus et renouveler l'opération puis couvrir d'une troisième feuille.
A l'aide d'un emporte-pièce, tailler des disques de 7cm de diamètre environ, dans les feuilles de pastilla superposées.
Renouveler l'opération avec les 3 dernières feuilles.
Préchauffer le four à 170 °C. Poser ces disques entre 2 plaques recouvertes de papier sulfurisé et cuire au four jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
Pendant ce temps, tailler les fraises en fines tranches dans le sens de la longueur.
Réserver les plus jolies et passer les morceaux restants au mixeur. Réserver ce coulis.
Mélanger le coulis au fromage frais avec 20 g de sucre glace et réserver au frais.
Monter les disques en millefeuilles en les intercalant avec le fromage frais et les tranches de fraise.



SORBET DE FRAISES AU BASILIC

Ingrédients

500 g de fraises coupées en morceaux
4 c. à soupe de jus de citron
150 g de sucre semoule
15 cl d'eau
10 feuilles de basilic

Préparation

Émincer les feuilles de basilic et les faire infuser dans l'eau bouillante. Couvrir, laisser refroidir puis filtrer.

Préparer un sirop avec l'infusion de basilic et le sucre et le laisser refroidir.

Mixer les morceaux de fraises avec le jus de citron et les mélanger au sirop froid.

Faire prendre la préparation à la sorbetière.

Garnir de sorbet des cercles tapissés de papier sulfurisé et les placer au congélateur.

Démouler et servir le sorbet avec une salade de fraises.





MILLEFEUILLES DE BISCUITS SABLÉS AUX FRUITS

Ingrédients

250 g de farine
150 g de beurre
125 g de sucre glace
1 œuf
1 pincée de sel

Pour la garniture

160 g de crème pâtissière
100 g de fromage frais crémeux
16 framboises
4 abricots
40 g d'amandes effilées.

Préparation

Dans un bol, déposer la farine, le sel et le beurre.

Les travailler du bout des doigts jusqu'à obtention d'un mélange sablé. Ajouter le sucre glace tamisé et l'œuf, bien mélanger le tout pour obtenir une pâte homogène.

Couvrir avec un linge propre et laisser reposer au frais pendant 30 mn.

Etaler la pâte sur un plan de travail fariné en une abaisse de 3 mm d'épaisseur.

Couper la pâte avec un emporte-pièce pour obtenir des sablés.

Les déposer sur une plaque tapissée de papier sulfurisé.

Faire cuire dans un four préchauffé à 150°C pendant 15 à 20 mn.

Dans un bol, travailler le fromage avec la crème pâtissière pour obtenir une crème lisse.

Monter les millefeuilles en intercalant les biscuits sablés, la crème et les fruits.

Finir avec les amandes effilées.

MILLEFEUILLES DE PANCAKES AUX BANANES

Ingrédients

25 cl de lait
250 g de farine
3 oeufs
50 g de sucre semoule
1 sachet de sucre vanillé
1 sachet de levure chimique
1/2 c. à café de sel
30 g de beurre fondu

Pour la garniture

4 c. à soupe d'amlou
4 petites bananes
Quelques framboises

Préparation

Dans un bol, mélanger les œufs, le sucre semoule et le sucre vanillé, les battre jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Ajouter le lait et la farine tamisée avec la levure et le sel. Bien mélanger pour obtenir une pâte homogène.

Laisser reposer pendant 15 mn puis ajouter le beurre fondu.

Dans une poêle chaude sur feu doux, verser une louche de pâte à pancake, laisser cuire 2 mn, lorsque le pancake se détache de la poêle, le retourner de l'autre côté et le laisser cuire 2 mn.

Continuer la cuisson des pancakes jusqu'à épuisement de la préparation.

Sur le plat de service, disposer un pancake, puis une banane découpée en rondelles, napper d'amlou.

Disposer par-dessus un pancake, le garnir de bananes et d'amlou et déposer par-dessus un autre pancake.

Décorer avec des framboises arrosées de jus de citron.





BAVAROIS AU LAIT DE COCO ET À L'ANANAS

Ingrédients

- 15 cl de lait de coco
- 10 cl de lait
- 3 jaunes d'œuf
- 75 g de sucre semoule
- 3 feuilles de gélatine
- 25 cl de crème fraîche
- 100 g d'ananas coupés en petits morceaux

Pour servir

- 100 g d'ananas caramélisés

Préparation

Dans un bol, faire ramollir la gélatine dans l'eau. Dans un récipient, déposer les jaunes d'œuf et la moitié du sucre semoule.

Mélanger le tout jusqu'à ce que le mélange devienne homogène.

Dans une casserole sur feu doux, déposer le reste du sucre, le lait et le lait de coco. A ébullition, retirer du feu et l'incorporer petit à petit à la préparation œufs/sucre. Reverser le tout dans la casserole et la remettre sur feu doux en remuant jusqu'à ce que la crème nappe la spatule. Retirer la casserole du feu et ajouter la gélatine ramollie, laisser refroidir. A l'aide d'un batteur, monter la crème fraîche en chantilly et l'incorporer délicatement à la crème au lait de coco pour obtenir un bavarois. Ajouter les morceaux d'ananas et mélanger. Remplir un ramequin de bavarois au lait de coco et à l'ananas et le placer au réfrigérateur pendant 2 heures.

Avant de servir, décorer le bavarois avec les ananas caramélisés et servir aussitôt.

FONDANT AU CHOCOLAT

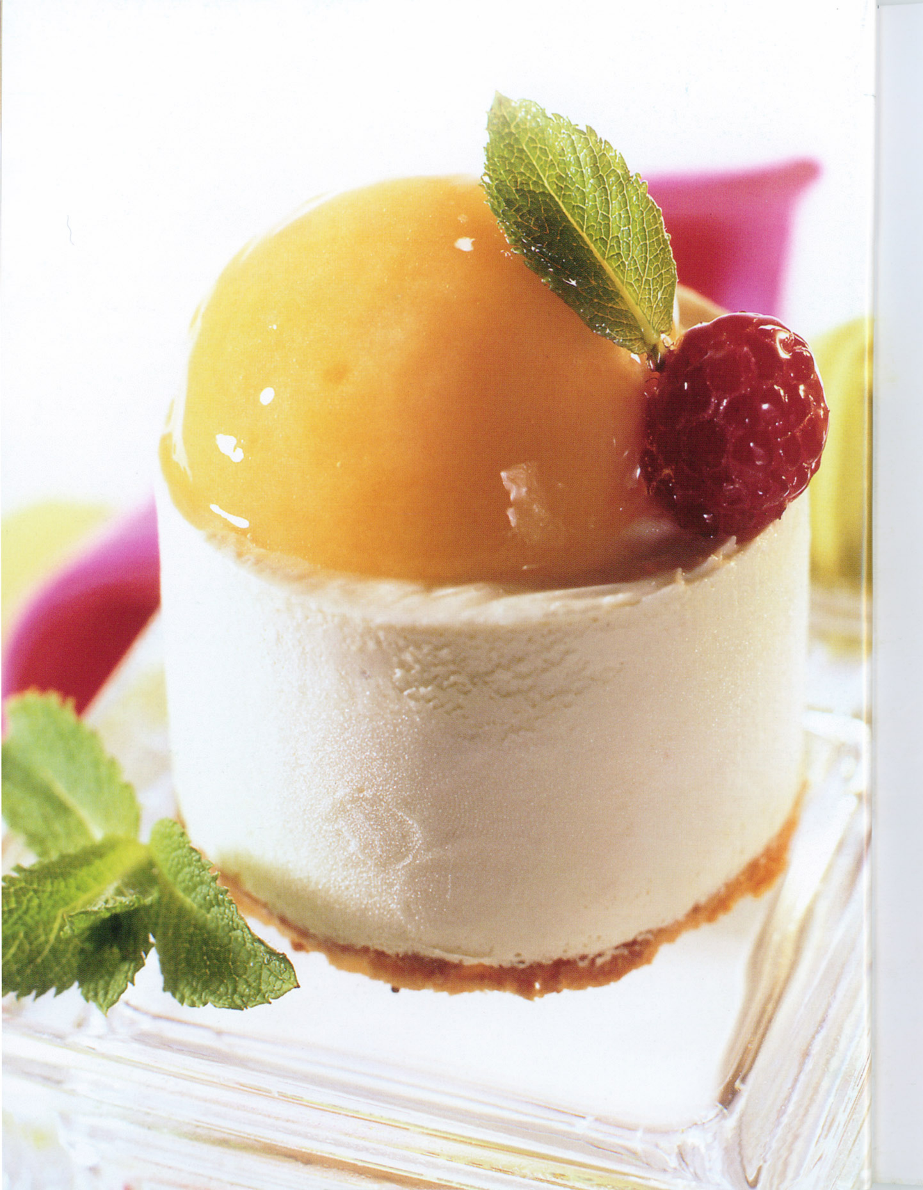
Ingrédients

200 g de chocolat noir amer
200 g de beurre
5 œufs
20 g de poudre d'amandes
180 g de sucre semoule
30 g de beurre pour les moules
20 g de sucre semoule pour les moules

Préparation

Beurrer les moules une 1ère fois et les mettre au frais pendant 1 heure.
Renouveler l'opération, puis saupoudrer ces moules de sucre et réserver au frais.
Déposer le beurre et le chocolat dans un bol et les faire fondre au bain-marie.
Blanchir les œufs avec le sucre à l'aide d'un batteur et fouetter jusqu'à ce qu'ils moussent.
Incorporer le chocolat fondu aux œufs, tout en mélangeant, puis ajouter la poudre d'amande. Préchauffer le four à 180 ° C.
Verser la préparation dans les moules puis enfourner pendant 15 à 20 mn environ.
Servir les fondants tout chauds, accompagnés de glace à la vanille, de crème épaisse ou de crème anglaise.





GÂTEAU GLACÉ À LA MOUSSE DE NÈFLES

Ingrédients

84 g de blancs d'œufs
55 g de sucre semoule
65 g de sucre glace
65 g de poudre d'amande
12 g de farine

Pour la mousse de nèfles

250 g de fromage blanc
150 g de sucre semoule
20 cl de crème fraîche
15 cl de pulpe de nèfles
Jus d'1 citron
2 feuilles de gélatine

Pour le décor

tranches de nèfles pelées et citronnées
framboises
menthe

Préparation

Monter les blancs d'œufs en neige, ajouter le sucre, la poudre d'amande, le sucre glace et la farine tamisée.

Etaler la préparation sur une plaque tapissée de papier sulfurisé, faire cuire dans un four à 220°C pendant 7 à 10 min.

Sortir le biscuit du four et le laisser refroidir avant de le détailler en disques de 12 cm de diamètre.

Faire chauffer la pulpe de nèfles avec le jus de citron et le sucre, puis hors feu ajouter la gélatine trempée dans l'eau et bien essorée.

Laisser refroidir.

Monter la crème fraîche en chantilly puis la mélanger avec le fromage blanc. Ajouter la pulpe de fruit.

On obtient une mousse à la nèfle.

Pour faire le montage, prendre six cercles de 12 cm de diamètre. Dans chaque cercle, déposer un disque de biscuit, ajouter de la mousse aux nèfles.

Recommencer l'opération pour remplir les 6 cercles.

Réserver au congélateur pendant 3 heures.

Avant de servir, décorer avec les tranches de nèfle, les framboises et la menthe. Servir frais.

GLACE AUX AMANDES ET ÉCORCE D'AGRUMES

Ingrédients

50 g d'amandes mondées
50 cl de lait
4 jaunes d'œuf
150 g de sucre semoule
10 cl de crème
50 g d'écorce d'agrumes coupée finement
1 c. à soupe d'eau de fleurs d'oranger

Pour servir

quartiers d'orange et de pomelos pelés à vif
palmiers extra fins

Préparation

Griller légèrement les amandes et les réduire en poudre.

Mélanger le lait avec les amandes et porter à ébullition.

Laisser infuser pendant 10 mn.

Travailler les jaunes d'œuf avec le sucre et leur incorporer le lait aux amandes.

Verser dans une casserole et faire cuire sur feu doux jusqu'à ce que la crème nappe le dos d'une cuillère en bois.

Retirer du feu, filtrer et incorporer la crème, l'eau de fleurs d'oranger et les écorces d'agrumes.

Laisser refroidir et faire prendre à la sorbetière.

Remplir des moules flexibles sous forme de bombe de glace et les réserver au congélateur jusqu'au moment de servir.

Servir la glace accompagnée de palmiers, de quartiers d'orange et de pomelos.





CRÈME AU LAIT DE COCO ET FRUITS EXOTIQUES

Ingrédients

20 cl de lait de coco
10 cl de crème fraîche
30 g de sucre semoule
2 feuilles de gélatine

Pour la salade de fruits

quelques feuilles de menthe fraîche
50 g de fraise
50 g de kiwi
50 g d'ananas
50 g d'orange

Préparation

Faire chauffer le lait de coco avec le sucre.

Mettre à gonfler la gélatine dans de l'eau.

Egoutter la gélatine et l'ajouter au lait de coco, laisser tiédir.

Dans un bol, monter au fouet la crème en Chantilly.

Réserver au frais.

Tailler les fruits en petits morceaux, mélanger le tout à la menthe fraîche ciselée.

Réserver au frais.

Incorporer le lait de coco à la Chantilly et verser le tout dans quatre moules.

Mettre au frais pendant au moins 6 heures.

Préparer un bol d'eau bouillante, y tremper les moules pendant 5 secondes, pour faciliter le démoulage.

Servir la crème au lait de cacao acompagnée de salade de fruits frais.

CRUMBLE AUX PÊCHES

Ingrédients

75 g de farine
75 g d'amandes en poudre
75 g de sucre semoule
25 g d'amandes effilées
75 g de beurre
1 pincée de sel

Pour garnir

1 boîte de pêches au sirop
1 pincée de cannelle
1 pincée de sel
1 c. à soupe de beurre

Préparation

Couper le beurre froid en petits morceaux.
Le déposer dans un récipient avec le sel, le sucre, la farine et la poudre d'amandes.
Travailler le tout du bout des doigts jusqu'à obtention d'une préparation granuleuse.
La conserver au réfrigérateur jusqu'au moment de son emploi.
Egoûtter les pêches et les couper en quartiers.
Les poêler pendant 5 mn dans le beurre. Ajouter le sel et la cannelle.
Dans un plat allant au four, déposer les quartiers de pêches.
Recouvrir les pêches avec la préparation à crumble.
Faire cuire pendant 25 mn au four préchauffer à 180°C.





CRUMBLE AUX FRAISES

Ingrédients

75 g de farine
75 g d'amandes en poudre
75 g de sucre semoule
25 g de flocons d'avoine
75 g de beurre
1 pincée de sel

Pour les fraises

500 g de fraises fraîches
2 c. à soupe de sucre semoule
1 c. à café de beurre (pour le moule)

Préparation

Couper le beurre froid en petits morceaux.
Le déposer dans un récipient avec le sel, le sucre, la farine, la poudre d'amandes et flocons d'avoine.
Travailler le tout du bout des doigts jusqu'à obtention d'une préparation granuleuse.
La conserver au réfrigérateur jusqu'au moment de son emploi.
Laver et équeuter les fraises, les saupoudrer avec le sucre et les laisser dégorger.
Dans un plat beurré allant au four, déposer les fraises avec le jus rendu, les recouvrir avec la préparation à crumble.
Faire cuire pendant 25 mn au four préchauffé à 180°C.
Servir tiède dans le plat de cuisson.

Bon à savoir

Lorsqu'on fait cuire les fraises avec leur jus, elles restent moelleuses et leur jus mélangé au sucre devient du sirop.

CRUMBLE AUX PRUNES

Ingrédients

75 g de farine
75 g d'amandes en poudre
75 g de sucre semoule
25 g de noix de coco
25 g de son
75 g de beurre
1 pincée de sel

Pour les prunes

500 g de prunes
1 pointe de 4 épices (gingembre (ou poivre), cannelle, clou de girofle et noix de muscade)
1 c. à café de beurre
1 pincée de sel

Préparation

Couper le beurre froid en petits morceaux.
Le déposer dans un récipient avec le sel, le sucre, la farine, noix de coco, son et la poudre d'amandes.
Travailler le tout du bout des doigts jusqu'à obtention d'une préparation granuleuse.
La conserver au réfrigérateur jusqu'au moment de son emploi.
Couper les prunes en deux et les dénoyauter.
Les poêler dans le beurre chaud, ajouter le sel et les 4 épices.
Dans un plat beurré allant au four, déposer les prunes, les recouvrir avec la préparation à crumble.
Faire cuire pendant 25 mn à 180°C.
Servir tiède dans le plat de cuisson.





CRUMBLE AUX POMMES

Ingrédients

100 g de farine
75 g d'amandes en poudre
75 g de sucre semoule
75 g de beurre
1 pincée de sel

Pour les pommes

1 kg de pommes
40 g de raisins secs
1 pincée de cannelle
2 c. à soupe de sucre semoule
2 c. à café de beurre

Pour servir

glace à la vanille ou crème fraîche fouettée

Préparation

Couper le beurre froid en petits morceaux.
Le déposer dans un récipient avec le sel, le sucre, la farine et la poudre d'amandes.
Travailler le tout du bout des doigts jusqu'à obtention d'une préparation granuleuse.
La conserver au réfrigérateur jusqu'au moment de son emploi.
Mettre à tremper les raisins secs dans de l'eau tiède, les égoutter.
Faire chauffer le four à 180° C.
Eplucher et couper les pommes en morceaux et les faire poêler pendant 5 mn avec le beurre, le sucre et la cannelle.
Leur ajouter les raisins secs égouttés.
Beurrer un moule ou un plat en porcelaine. Y verser la préparation aux pommes et aux raisins.
Recouvrir avec la préparation à crumble.
Faire cuire dans le four pendant 25 mn à 180°C.
Servir tiède dans le plat de cuisson, avec une glace à la vanille ou une crème fraîche fouettée.

COMPOTE D'ABRICOTS SECS À LA NOIX DE COCO

Ingrédients

350 g d'abricots secs
15 cl de jus d'orange
60 g de sucre semoule
3 c. à soupe de noix de coco râpée
1 pincée de sel

Pour servir

pistaches ou amandes grillées concassées

Préparation

Laver, essuyer et détailler les abricots en morceaux. Les tremper dans le jus d'orange pour les réhydrater.
Verser les abricots et le jus d'orange dans une casserole, ajouter 20 cl d'eau, le sucre semoule et le sel.
Laisser compoter à couvert et sur feu très doux pendant 30 à 40 mn. 5 mn avant de retirer la casserole du feu, incorporer la noix de coco.
Servir la compote d'abricots secs garnie de pistaches ou d'amandes d'amandes ou de graines de sésame.

COMPOTE DE PRUNEAUX À L'EAU DE ROSE

Ingrédients

400 g de pruneaux
70 g de sucre semoule
2 c. à soupe d'eau de rose
1pincée de sel

Pour servir

amandes concassées grillées ou graines de sésame grillées.

Préparation

Faire gonfler les pruneaux dans du thé noir léger tiède.
Lorsqu'ils sont bien gonflés, les égoutter, les dénoyauter et les détailler en morceaux.
Déposer les pruneaux dans une casserole sur feu doux, les mouiller à hauteur d'eau froide et les saupoudrer de sucre et de sel.
Couvrir et laisser compoter pendant 35 mn en rajoutant un peu d'eau si nécessaire. 5 mn avant de retirer du feu, ajouter l'eau de rose.
Servir la compote de pruneaux garnie d'amandes ou de graines de sésame.

COMPOTE DE COINGS À L'ORANGE ET À LA CANNELLE

Ingrédients

400 g de coings
1/2 citron
1 pincée de sel
80 g de sucre semoule
15 cl de jus d'orange
1 c. à café de cannelle moulue
2 c. à soupe d'eau de fleurs d'oranger
1c. à soupe de crème épaisse

Pour servir

amandes effilées grillées

Préparation

Laver, peler et épépiner les coings.

Détailler les coings en morceaux et les citronner.

Déposer les coings dans une casserole, mouiller à hauteur avec l'eau, saler et laisser cuire à couvert pendant 15 mn.

Ajouter le jus d'orange et la cannelle et faire compoter sur feu doux pendant 15 à 20 mn.

Retirer la compote de coings du feu, lui incorporer la crème et la servir garnie d'amandes effilées.

LAIT D'AMANDES

Ingrédients

100 g d'amandes mondées
65 cl d'eau bouillante
50 g de sucre semoule

Pour servir

amandes concassées grillées ou graines de sésame grillées.

Préparation

Mixer les amandes avec l'eau bouillante et laisser reposer jusqu'à ce que le mélange refroidisse complètement.
Filtrer à travers une gaze et presser les amandes pour en extraire le lait.

Photographe : Érik Gentet

Conception graphique : Keltoum BOUACHRA

ISBN : 9954-1-2601-5

Dépôt légal : 218 / 2010

Imprimé en Espagne par Rivadeneyra.—Madrid.—Fax: 00 34 91 683 96 87